उच्चमा उचालिने पाठ्यक्रम र अगुवाको निर्देशिका

बर्न टु फ्लाइ पाठ्यक्रमको लागि अतिरिक्त ख्रीष्टियान शैक्षिक सामाग्री

बालबालिका बेचबिखन रोक्न बर्न टु फ्लाइ परियोजना

डिआना स्चिमोनबाट

उच्चमा उचालिने
र २०१२ बर्न टु फ्लाइ इन्टरनेसनल, इन्क.
डिआना स्चिमोनबाट

बर्न टु फ्लाइ इन्टरनेसनल, इन्क. बाट प्रकाशित
P.O. Box 952949
Lake Mary, Florida 32795-2949
USA
info@born2fly.org
www.born2fly.org

ISBN 978-0-9729507-8-7

Scriptures marked NAS taken from the New American Standard Bible®, Copyright © 1960, 1962, 1963, 1968, 1971, 1972, 1973, 1975, 1977, 1995 by The Lockman Foundation Used by permission. (www.Lockman.org)

Scriptures marked NIV taken from the HOLY BIBLE, NEW INTERNATIONAL VERSION®. NIV®. Copyright©1973, 1978, 1984 by International Bible Society. All rights reserved.

Scriptures marked NKJ taken from the New King James Version. Copyright © 1982 by Thomas Nelson, Inc. Used by permission. All rights reserved.

यो पाठ्यक्रम मेरा लेखक समूह (भालेरिआ कोस्की, कारेन आरमिस्टिड र देबोरा कोल) का सदस्यहरू, शैक्षिक अभियन्ता कारेन, आरमिस्टिड र जर्जिया एना लार्सन, चित्रकार लिअह विइडिमर, डिजाइनर क्याथलिन वास र बर्न टु फ्लाइ इन्टरनेसनलका धेरै सहयोगीहरूमा समर्पित गरिएको छ। विशेष धन्यवाद माइक बिक्ले, जेनेट बेन्टन, स्यारोन गोन्जालस र आस्लि बेलेरोजलाई। कोपिलाजस्तो मेरो सपनालाई सत्य बनाउन सहायता गर्नुभएको लागि तपाईंलाई धेरै धन्यवाद।

— डिआना स्चिमोन, निर्देशक, बालबालिका बेचबिखन रोक्न दि बर्न टु फ्लाइ

विषयसूची

ठूला सपनाहरू देख्नु ४

परिचय...... ५

अगुवाको निर्देशिकाको रूपरेखा...... ६

जनचेतना र डर बीचको मिलनबिन्दुका बारेमा अतिरिक्त जानकारी ८

सेसन १: येशूसँग मित्रता गाँस्न छान्नु ९

सेसन २: येशू सबैभन्दा साँचो मित्र हुनुहुन्छ १२

सेसन ३: तपाईं अद्वितीय, मूल्यवान र प्रेम गर्न योग्य हुनुहुन्छ भनी येशूले भन्नुहुन्छ...... १५

सेसन ४: तपाईं कठिन समयबाट गुज्रनुहुँदा येशू सधैं तपाईंको साथमा हुनुहुनेछ...... १८

सेसन ५: येशूले तपाईंलाई उहाँको "गुप्त स्थान" मा निम्तो दिनुहुन्छ, जहाँ उहाँले तपाईंलाई सुरक्षा दिनुहुन्छ २०

सेसन ६: तपाईंले आफ्ना सपनाहरू पछयाउँदा तपाईं सुरक्षित र सफल हुन येशूले सहायता गर्नुहुन्छ २३

अतिरिक्त स्रोतहरू...... २६

ठूला सपनाहरू देख्नु

बर्न टु फ्लाइ संस्थापक, डिआना स्चिमोनबाट

विशेष नोट

धेरै वर्षअघि हामीले बालबालिका बेचबिखन रोक्न हाम्रो नयाँ संस्थाको नाम छान्न लाग्दा हाम्रो समितिका एकजना सदस्यले भन्नुभयो, ‘‘तपाईंले रोक्न कोसिस गर्नुभएको कुरालाई प्रतिबिम्बित गर्ने नाम नछान्नुहोस् । नामले तपाईंले त्यसपछि गर्न खोज्नुभएको कुरालाई देखाउनुपर्छ ।’’ त्यसकारण हामीले ‘‘बर्न टु फ्लाइ’’ नाम छान्यौं । आज हाम्रो लक्ष्य त्यही छ: बालबालिकालाई बेचबिखन हुनबाट जोगाउने मात्रै होइन तर त्यसो गर्न हामी उनीहरूलाई ठूलो सपनाहरू देख्ने अवसर दिन चाहन्छौं— परमेश्वरले उनीहरूलाई हुन सृष्टि गर्नुभएको व्यक्ति । वास्तवमा हाम्रो मिसन यस्तो छ, ‘‘बालबालिका बेचबिखनबाट रोक्ने ... उनीहरूलाई उच्चमा जान स्वतन्त्र गर्ने ।’’

त्यसकारण यो पाठ्यक्रमले परमेश्वरसँग कसरी विशेष सम्बन्ध राख्ने भनेर देखाउन जोड दिन्छ ताकि उनीहरूले सुरक्षित र सफल तरिकामा ‘‘ठूला सपनाहरू देख्न’’ सकून् । परमेश्वरले हामी हरेकभित्र यी सपनाहरू राख्नुभएको छ । ती हाम्रो बोलावट र हाम्रो उद्देश्य हुन् । अनि ती संसारको लागि उहाँको योजनाको भाग हुन् ।

हामीले बर्न टु फ्लाइ इन्टरनेसनल सुरु गरिरहेको त्यही समयतिर मेरो बाइबल अध्ययन कक्षाले श्रेष्ठगीत (सोलोमनको गीत पनि भनिने) अध्ययन गर्ने निर्णय गऱ्यो । बाइबलमा भएका छोटा पुस्तकहरूमध्ये यो एउटा हो तर हामीले यो अध्ययन गर्न दुई वर्ष लगायौं । हामीले एउटै पदमा एक महिना बिताएका थियौं । दुई वर्षको अन्तमा हामी सबैले यो सानो पुस्तकको गहिराइमा गाह्रो गरी छानेका थियौं भनेर महसुस गऱ्यौं ।

ती दुई वर्षले मेरो जीवन परिवर्तन गऱ्यो र श्रेष्ठगीत बाइबलमा सबैभन्दा मन पर्ने पुस्तक बन्यो । मलाई मन पर्ने पदहरूमध्ये एउटा ‘‘मलाई तपाईंसित लैजानुहोस् र हामी चाँडै गरौं’’ (श्रेष्ठगीत १:४) हो । बालबालिकालाई येशूसँग विशेष मित्रता गाँस्न र उनीहरूको पक्षबाट उहाँसँग ‘‘परमेश्वरको सपना’’ देख्न यो पदले सहायता गर्छ ।

तपाईंले यो पाठ्यक्रममा समय बिताउँदा परमेश्वरले तपाईंको कक्षामा भएका हरेक बालबालिकामा सपनाहरू निश्चयता गर्न र अगाडि आउने मौकाहरू तपाईंलाई दिनुहुनेछ— सपनाहरू, जुन उहाँ आफैंले राख्नुभएको थियो ।

हामी तपाईंका टिप्पणीहरू र सल्लाहहरूलाई स्वागत गर्छौं । हामीलाई info@born2fly.org मा वा Born to Fly, PO Box 952949, Lake Mary FL 32795, USA मा लेख्नुहोस् । बालबालिका बेचबिखन रोक्ने हाम्रो सपनाको भाग हुनुभएको लागि तपाईंलाई धन्यवाद । हामी तपाईंप्रति कृतज्ञ छौं ।

डिआना स्चिमोन
निर्देशक, बालबालिका बेचबिखन रोक्न बर्न टु फ्लाइ परियोजना

‘‘संसारको इतिहासको बाटो परिवर्तन गर्ने सपना देख्नुहोस् ।’’ — बिल जनसन

परिचय

उच्चमा उचालिने ख्रीष्टियान पाठ्यक्रम हो, जुन अतिरिक्त नियमित बर्न टु फ्लाइ पाठ्यक्रमको लागि बनाइएको छ। यो त्यसलाई प्रतिस्थापन गर्न बनाइएको होइन नता यो एक्लै खडा हुने पाठ्यक्रम हो। यसले अतिरिक्त सामाग्री प्रदान गर्छ, जुन तपाईंले बर्न टु फ्लाइ चित्र पुस्तकका बाइबलीय धारणाहरू सिकाउन प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।

यो अतिरिक्त सामाग्रीमा नियमित पाठ्यक्रममा जस्तै दुईवटा बाटोहरू छन्— एउटा साना बालबालिकाको लागि र अर्को सिक्ने व्यक्तिहरूका लागि।

हरेक सेसनमा तपाईंसँग भएको समयावधिमा निर्भर रहँदै यो अतिरिक्त सामाग्री नियमित पाठ्यक्रमको रूपमा त्यही समयमा वा छुट्टै अनुगमन सेसनको रूपमा यसलाई सिकाउन सक्नुहुन्छ। कुनै पनि तरिकामा तपाईंले यो अतिरिक्त सामाग्री त्योसँग सम्बन्धित सेसनपछि सिकाउन सक्नुहोस् भनेर हामीले सिफारिस गर्छौं।

यो पाठ्यक्रमको लक्ष्य भनेको बालबालिकालाई येशूसँग उच्च सम्बन्ध राख्न छनौट गर्न र उहाँले तिनीहरूलाई कति प्रेम गर्नुहुन्छ भनेर थाहा पाउन सहायता गर्नु हो, उनीहरूले आफ्ना सपनाहरू पछयाउँदा यसले उनीहरूलाई सुरक्षित हुन र सफल हुन सहायता गर्नेछ।

बालबालिकाले साधारण "असल" ख्रीष्टियान जीवन जिउन सक्छन् तर परमेश्वरले उनीहरूलाई कसरी देख्नुहुन्छ भन्ने वास्तविकता उनीहरूले बुझ्दैनन् र उनीहरूका लागि उहाँको प्रेमको गहिराइ उनीहरूले जान्दैनन् भने उनीहरूसँग उहाँले चाहनुभएको पूर्ण सम्बन्ध उनीहरूले कहिल्यै पनि अनुभव गर्नेछैनन्।

ख्रीष्टियानको रूपमा हामीले परमेश्वरलाई प्रेम गर्छौं किनभने हामीले त्यसो गर्नुपर्छ भनेर हामीलाई थाहा छ। हाम्रो लागि धेरै प्रेम छ भनेर हामीले बालबालिकालाई कलिलो उमेरदेखि नै सिकाउन सक्यौं भने के हुन्छ ? उहाँले तिनीहरूका लागि दिनुभएको गहिरो प्रेमको बारेमा उनीहरूले थाहा पाए भने— र तिनीहरूमा उहाँले राख्नुभएका सपनाहरू र उद्देश्यहरू पूरा गर्न र सफलता पाउन तिनीहरूका लागि उहाँको साँचो चाहना थाहा पाए भने ?

त्यो उच्चमा उचालिनेको लक्ष्य हो। धेरै बालबालिकाहरू बाइबलका पदहरू कण्ठ गर्न र "परमेश्वरले मलाई प्रेम गर्नुहुन्छ" भन्ने जस्ता ईश्वरशास्त्रीय तथ्यहरू सिक्न असल छन् तर उनीहरूले त्यो ज्ञान आफ्नो जीवनमा लागू गर्ने सीप प्राय: सिकेका छैनन्। उनीहरूको आत्मिक शिक्षामा भर पर्दै उनीहरूले के गर्नुपर्छ भन्ने कुरा उनीहरूलाई थाहा नहुन पनि सक्छ। त्यसकारण हामीसँग यो अतिरिक्त सामाग्रीको साथमा २ भागको लक्ष्य पनि छ:

१. हामीले बर्न टु फ्लाइ कथाबाट सिकाएका बाइबलीय सिद्धान्तहरू बालबालिका र किशोरकिशोरीहरूलाई दिनुहोस्।

२. दैनिक जीवनमा यी सिद्धान्तहरू कसरी लागु गर्ने भनेर उनीहरूलाई देखाउनुहोस्— विशेषगरी बेचबिखन हुनबाट कसरी जोगिने र सुरक्षित तरिकामा आफ्ना सपनाहरू कसरी पछयाउने।

ज्ञानको रूख र जीवनको रूख बीचको भिन्नता यही हो। हाम्रो लक्ष्य भनेको बालबालिकालाई जीवनको रूखबाट फल खान दिने हो। त्यसो गर्न तपाईंसँग गरिएको साझेदारीबाट हामी खुसी भएका छौं।

अगुवाको निर्देशिकाको सारांश

सेसन १: येशूसँग मित्रता छान्ने

सेसनका उद्देश्यहरू:

- येशूले बालबालिकाहरूलाई आफूसँग उच्च सम्बन्धमा ल्याउन उनीहरूलाई निम्तो दिनुहुन्छ भनेर बुझ्न सहायता गर्ने—विशेष मित्रता।
- उहाँको निम्तोमा बालबालिकाहरूले हुन्छ भन्न छानून् भनेर उत्साह दिने।
- उहाँको निम्तोमा हुन्छ भन्न उनीहरूलाई डोर्याउने।

मुख्य खण्डः "उठ, हे मेरी प्यारी, मेरी सुन्दरी र मसित आऊ" (श्रेष्ठगीत २:१०)।
सिकारूको लागिः "उठ, हे मेरी प्यारी, मसित आऊ।"
चित्र पुस्तक पृष्ठहरूको कभर २५

सेसन २ येशू साँचो मित्र हुनुहुन्छ।

सेसनका उद्देश्यहरूः

- परमेश्वरको मित्र हुनुको अर्थ के हो भनेर बुझ्न बालबालिकाहरूलाई सहायता गर्ने।
- परमेश्वरको मित्र कसरी हुने भनेर उनीहरूलाई देखाउने।
- येशू साँचो मित्र हुनुहुन्छ भनेर सिकाउने।
- उनीहरूले आफ्ना सपनाहरू पछयाउँदा येशूसँगको मित्रताले उनीहरूलाई सुरक्षित, स्वस्थ र स्वतन्त्र बनाउँछ भनेर देखाउने

मुख्य खण्डः उहाँ नै मेरा प्रेमी, मेरा मित्र हुनुहुन्छ (श्रेष्ठगीत ५:१६)।
सिकारूका लागिः उहाँ नै मेरा प्रेमी, मेरा मित्र हुनुहुन्छ।
चित्र पुस्तकको पृष्ठ २६-३४

सेसन ३: तपाईं अद्बितीय, मूल्यवान र प्रेमको योग्य हुन्छ भनी येशूले भन्नुहुन्छ।

सेसनका उद्देश्यहरूः

- बालबालिकाहरू अद्बितीय, मूल्यवान र प्रेमको योग्य छन् भनेर येशूले भन्नुहुन्छ भनेर उनीहरूलाई सिकाउने।
- उनीहरूले येशूलाई प्रेम गर्छन् भने उनीहरूले गल्ती गर्दा पनि उहाँको प्रेम परिवर्तन हुँदैन भनेर उनीहरूलाई देखाउने।
- उनीहरूले गरेका वा नगरेका कुरामा परमेश्वरसँगको मित्रता निर्भर हुँदैन भनेर उनीहरूलाई देखाउने।

मुख्य खण्डः म श्यामवर्णकी तर सुन्दरी छु (श्रेष्ठगीत १:५)।
सिकारूका लागिः म श्यामवर्णकी तर सुन्दरी छु।
चित्र पुस्तक पृष्ठ २७-५३

सेसन ४: जब तपाईं कठिन समयबाट गुज्रनुहुन्छ, येशू सधैं तपाईंसँग हुनुहुनेछ।

सेसनका उद्देश्यहरूः

- बालबालिकाहरू कठिन समयबाट गुज्रिँदा उनीहरूका लागि येशू जहिले पनि हुनुहुनेछ भनेर बुझ्न सहायता गर्ने।
- उनीहरूले उहाँको सहायता माग्न सक्छन् भनेर उनीहरूलाई देखाउने।
- उनीहरूले आशा गरेभन्दा भिन्न तरिकामा उहाँले जवाफ दिन सक्नुहुन्छ भनेर सिकाउने।

मुख्य खण्डः आफ्ना प्रेमीसित अड़ेस लाग्दै उजाड़-स्थानतिरबाट आउने को छ? (श्रेष्ठगीत ८:५)
सिकारूका लागिः आफ्ना प्रेमीसित अड़ेस लाग्दै उजाड़-स्थानतिरबाट आउने को छ?
चित्र पुस्तक पृष्ठहरू ५४-६८

सेसन ५: येशूले तपाईंलाई उहाँको गुप्त स्थानमा निम्तो दिनुहुन्छ, जहाँ उहाँले तपाईंलाई बचाउनुहुन्छ।

सेसनका उद्देश्यहरूः

- येशूले बालबालिकाहरूलाई गुप्त स्थानमा निम्त्याइरहनुभएको छ भनेर उनीहरूलाई सिकाउने, जहाँ उहाँले उनीहरूलाई बचाउनुहुन्छ र प्रेम गर्नुहुन्छ।
- गुप्त स्थान बाइबलभरि उल्लेख गरिएको छ भनेर उनीहरूलाई देखाउने, जहाँ हामीलाई बस्न अधिकार दिइएको छ।
- गुप्त स्थान सधैं सजिलो हुँदैन भनेर उनीहरूलाई सम्झाउने, तर त्यो उहाँले हामीसँग बाँड्नुभएका महत्त्वपूर्ण पाठहरू हो।

मुख्य खण्डः पहरामा गोप्य प्वालहरूहुँदो, भिरालो चट्टानमा बस्ने मेरी ढुकुर, मलाई तिम्रो अनुहार देखाऊ, तिम्रो सोर सुन्न पाऊँ किनभने तिम्रो सोर मीठो छ र तिम्रो मुहार सुन्दर छ (श्रेष्ठगीत २:१४)।
सिकारूका लागिः पहरामा गोप्य प्वालहरूहुँदो।
चित्र पुस्तकका पृष्ठहरू ६९-७८

सेसन ६: तपाईंले आफ्नो सपनाहरू पछयाउँदा तपाईं सुरक्षित हुन र सफल हुन येशूले तपाईंलाई सहायता गर्नुहुन्छ।

सेसनका उद्देश्यहरूः

- परमेश्वरले बालबालिकाभित्र ठूलो सपना राख्नुभएको छ भनेर उनीहरूलाई बुझ्न सहायता गर्ने।
- उनीहरूले गोप्य स्थानमा उहाँसँग समय बिताउँदा उहाँले उनीहरूलाई आफ्ना सपनामा वृध्दि हुन सहायता गर्न बुध्दि र निर्देशन दिनुहुनेछ भनेर उनीहरूलाई देखाउने।
- येशूले उनीहरूको साझेदार हुन र उनीहरूका सपनाहरू पछयाउन उनीहरूलाई सहायता गर्न चाहनुहुन्छ भनेर सिकाउने।

मुख्य खण्डः मलाई तपाईंसित लैजानुहोस् र हामी चाँड़ै गरौं (श्रेष्ठगीत १:४)

सिकारूका लागिः मलाई तपाईंसित लैजानुहोस् – हामी चाँड़ै गरौं!

शिक्षकहरूका लागि नोटः बालबालिकाहरूलाई मुक्तिको प्रार्थनामा डोर्याउन पाठ्यक्रममा हामीसँग तपाईंको लागि विशेष स्थान छैन किनभने बालबालिकाहरू तयार हुँदा सही समय छुट्याउने जिम्मा हामीले तपाईंलाई दिन्छौं।

जनचेतना र डर बीचको
मिलन बन्दुको बारेमा अतिरिक्त जानकारी

नियमित बर्न टु फ्लाइ पाठ्यक्रममा तपाईंका बालबालिकाहरूमा डर बस्न नदिई उनीहरूमा जनचेतना ल्याउन तपाईंलाई सहायता गर्ने विशेष सल्लाहहरू छन् । ख्रीष्टियान दृष्टिकोणबाट यहाँ धेरै तरिकाहरू छन्

बालबालिकाहरूलाई आफ्ना डरहरू लेख्न लगाउनुहोस् र त्यसपछि बालबालिकाहरूसँग मिलेर ती झुटहरूलाई सामना गर्न बाइबलका पदहरू हेर्नुहोस् । वास्तविक भए पनि डरहरू परमेश्वरको वचनको विपरीत छन् भनेर हेर्न उनीहरूलाई सहायता गर्नुहोस् । उदाहरणको लागि, परमेश्वरले हामीलाई डरको आत्मा होइन तर शक्ति, प्रेम र आत्मसंयमको आत्मा दिनुभएको छ (२ तिमोथी १:७) । तपाईंले यो क्रियाकलाप बनाउनुहुन्छ र बालबालिकासँग मिलेर काम गर्न विशेष पदहरूको साथमा तयारी भएर आउनु तपाईंले उनीहरूलाई पद भन्नुभन्दा उनीहरूका लागि धेरै कुरा हुनेछ । घर र स्कुलमा देख्न सक्ने गरी बालबालिकाहरूलाई ती कागजमा लेख्न, त्यसलाई आकर्षक बनाउन र ती झुण्ड्याउन लगाउनुहोस् । तपाईंले यसलाई उनीहरूले भेटेका पदहरू कण्ठ गर्ने अवसरको रूपमा पनि प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ ।

उनीहरूका लागि बाइबलका गीतहरू बजाउनुहोस्- कुनै पनि गीतहरू, जुन पवित्रशास्त्रमा आधारित वा *येशू मलाई गर्छन् प्यार* जस्तो साधारणा गीतहरू, जसले परमेश्वरका सत्यताहरू घोषणा गर्छ । बालबालिकाहरू रातमा डराउँछन् भने उनीहरू सुतेपछि उनीहरूको कोठामा नरम गीतहरू बजाउनुहोस् ।

तपाईं र तपाईंका कर्मचारीहरूले डरको आत्माको विरुध्दमा प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छ । बालबालिकाहरूले परमेश्वरले दिनुहुने प्रेम र सुरक्षाको प्रकाश पाउन् भनेर प्रार्थना गर्नुहोस् ।

सेसन १: येशूसँग मित्रता गाँस्न छान्ने

नियमित पाठ्यक्रमको केन्द्रः छनोटका परिणामहरू हुन्छन् ।

उच्चमा उचालिने पाठ्यक्रमको केन्द्रः येशूसँग मित्रता गास्न छान्ने

सेसनका उद्देश्यहरूः

- येशूले बालबालिकाहरूलाई उहाँसँग उच्चमा सम्बन्ध राख्न बोलाउँदै हुनुहुन्छ– विशेष मित्रता भनी बुझ्न सहायता गर्ने ।
- बालबालिकाहरूले उहाँको निम्तोलाई "हुन्छ" भन्न छनोट गर्न सक्छन् भनेर देखाउने ।
- उहाँको निम्तोमा "हुन्छ" भन्न उनीहरूलाई डोर्याउने ।

चित्र पुस्तक पृष्ठः कभर २५

मुख्य खण्डः "उठ, हे मेरी प्यारी, मेरी सुन्दरी र मसित आऊ" (श्रेष्ठगीत २:१०)

स्रोतहरू र सामाग्रीहरूको सूचीः बाल अर्पण, जन्मदिन वा विवाह अदिमा तपाईंको संस्कृतिमा दिइने निमन्त्रणा कार्डहरू वा तपाईंसँग छापिएको कार्डहरू छैनन् भने तपाईंले कसैलाई कुनै समारोहमा कसरी निम्तो दिनुहुन्छ भन्ने विवरणहरू तयार गर्नुहोस् । बनाउने कागज, गम, मार्करहरू र तपाईंलाई उपलब्ध भएका अन्य प्राकृतिक स्रोतहरू, जस्तैः पातहरू, मञ्जरी, साना हाँगाहरू आदि ।

सिकारु सेसनको लागिः माथिका सामाग्रीहरू साथै जर्नलहरू

कक्षाअघिः सेसनका नोटहरू पढ्नुहोस् र तपाईंले सोच्नुभएको विशेष समूहको लागि सबैभन्दा उपयुक्त हुने प्रश्नहरू छान्नुहोस् । तपाईंको कक्षाको लागि पाठ मिलाउन तपाईंलाई बाटो देखाउनुभएको होस् भनेर पवित्र आत्मासँग बिन्ती गर्नुहोस् ।

पुनरावलोकनः बर्न टु फ्लाइ चिन्ह हो भनेर बालबालिकालाई सम्झाउनुहोस्, जसको अर्थ हाम्रो लागि विशेष पाठहरू भएको पशु वा गैह्रमानवको बारेमा कथा हो । तपाईंका सपनाहरू पछ्याउन कसरी सुरक्षित र सफल हुने भन्ने बारेमा बर्न टु फ्लाइ चिन्ह हो । तपाईंको आफ्नै संस्कृतिको साहित्यमा भएका चिन्हहरूको उदाहरण सोध्नुहोस् वा बताउनुहोस् ।

सेसन १ सुरुवातः घामकिरासँग मञ्जरीको मित्रताको बारेमा बालबालिकालाई सम्झाउनुहोस् । मित्रताको बारेमा बालबालिकासँग कुरा गर्नुहोस् ।

- भिन्न प्रकारका मित्रहरू पनि छन् त ?
- घामकिरा, उनको भाइ र ठूलोबासँग मञ्जरीको मित्रताको बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।
- कथामा हरेक चरित्रसँग उनको मित्रता कस्तो थियो ?
- के घामकिरासँग मित्र हुन मञ्जरीले छनोट गरेकी थिई ? (हो, तिनले मित्र हुन छनोट नगर्न सक्छिन् ।)
- त्यो छनोटका परिणाम वा नतिजाहरू के थिए ? (उनले उसलाई बुध्दिमानी निर्णय गर्न सहायता गर्यो ।)

तपाईंको संस्कृतिमा निम्तोको बारेमा कुरा गर्नुहोस्– उदाहरणको लागि जन्मदिनको पार्टी, विवाह, दीक्षान्त, बाल समर्पण, आदिको (वा त्यस्तै, त्यो मौखिम छ भने) निम्तो कस्तो हुन्छ । तपाईंसँग छ भने त्यसका नमुनाहरू देखाउनुहोस् । वा विशेष समारोहहरू मनाउन मानिसहरूलाई तपाईंले कसरी निम्तो दिनुहुन्छ भनेर बालबालिकासँग छलफल गर्नुहोस् । निम्तो पाउनुभएपछि तपाईंले त्यो स्वीकार गर्नुभएको छ वा छैन भनेर बताउन तपाईंले प्रतिक्रिया दिनुपर्छ भनेर व्याख्या गर्नुहोस् । तपाईंको संस्कृतिमा यो स्वीकार गर्ने विभिन्न तरिकाहरूको बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।

बाइबलमा ६६ वटा पुस्तकहरू छन् र तीमध्ये एउटा श्रेष्ठगीत (सोलोमनको गीत) हो भनेर बताउनुहोस् । बाइबलमा यो पुस्तक सबैभन्दा छोटो पुस्तकहरूमध्ये एक हो तर यसमा एउटा महत्त्वपूर्ण सन्देश छ– हाम्रो लागि विशेष निम्तो । श्रेष्ठगीत येशूसँग अचम्म र विशेष मित्रता गाँस्न हाम्रो निम्ति येशूको निम्तोको बारेमा हो ।

यो सेसनको लागि भएको मुख्य खण्ड श्रेष्ठगीत २:१० पद पढ्नुहोस् । येशूले हामीलाई "उठ" भनिरहनुभएको छ । उठको अर्थ "उठ्नु र उच्चमा जानु" हो । येशूसँग विशेष मित्रता गाँस्न उहाँबाटको यो निम्तो हो । हामीले कसरी प्रतिक्रिया दिनेछौं भनी हामीले छनोट गर्नुपर्छ ।

प्रार्थनाको समयः नरम आराधनाको गीत बजाउनुहोस् र बालबालिकालाई शान्त राख्नुहोस् । उनीहरूले परमेश्वरबाट सुन्ने अभ्यास गर्न लागेका छन् भनेर व्याख्या गर्नुहोस् । उहाँले हामीसँग सधैं कुराकानी गर्ने चाहना गर्नुहुन्छ, हामीले केवल त्यो सुन्नु र देख्नु आवश्यक छ । यसमा अभ्यास चाहिन्छ । कहिलेकाहीँ उहाँ हामीसँग वचनबाट बोल्नुहुन्छ र कुनै समयमा तस्वीरहरूबाट बोल्नुहुन्छ ।

क्रियाकलापको समयः बालबालिकाहरूलाई फेरि पनि निम्तोहरूको नमुना देखाउनुहोस् । त्यसपछि तपाईंले उनीहरूलाई प्रदान गर्नुभएको सामाग्रीहरूको प्रयोग गर्दै प्रार्थनाको समयमा येशूले उनीहरूलाई के भन्नुभयो वा देखाउनुभयो भन्ने आधारमा तिनीहरूको आफ्नै निम्तो बनाउन लगाउनुहोस् । सम्भव भएसम्म केही सृजनात्मक निर्देशनहरू दिनुहोस् र बालबालिकाहरूले आफ्नो निम्तो बनाउँदा तपाईंले स्वतन्त्रता दिनुहोस् ।

बेचबिखन सम्पर्कः येशूसँग विशेष मित्रता राख्नाले उनीहरूलाई आफ्ना सपनाहरू पछयाउन सही छनोट गर्न, सुरक्षित हुन र सफल हुन सहायता गर्नेछ । येशूले जस्तै प्रेम गर्ने मित्रले युवालाई सुरक्षित, स्वस्थ र स्वतन्त्र राख्छ ।

सिकारूका लागि सेसन १ मा अतिरिक्त कुराहरू

उठ, मेरी सुन्दरी, मसित आउ ।

यो अतिरिक्त सामाग्री प्रयोग गर्न अतिरिक्त ३० मिनेट समय दिनुहोस् ।

- आजको लागि हाम्रो केन्द्रबिन्दु साना बालबालिकाहरूका लागि मात्रै होइन तर हरेकको लागि हो । सिकारूसँग पनि विशेष र अचम्मको सम्बन्ध राख्न श्रेष्ठगीत येशूको चाहनाको बारेमा हो । यो सेसनको लागि हाम्रो मुख्य खण्ड पढ्नुहोस् र येशूले तिनीहरूलाई किन "मेरी सुन्दरी" भनी बोलाउनुभयो भनेर सिकारूसँग छलफल गर्नुहोस् । तपाईं किन सुन्दर हुनुहुन्छ ?
- तपाईंले आफू सुन्दर भएको महसुस गर्नुहुन्छ ? किन हो वा किन होइन ?
- उहाँले कस्तो प्रकारको सुन्दरताको बारेमा बताउँदै हुनुहुन्छ ?
- भित्री सुन्दरता र बाहिरी सुन्दरताको बीचमा कुनै फरक छ ?
- तपाईंको विचारमा येशूको लागि कुनचाहिँ कुरा धेरै महत्त्वपूर्ण छ ?

येशूले तपाईंलाई "सुन्दर" भनेर बोलाउनुभएको छ भनेर तपाईंले कसरी महसुस गर्नुहुन्छ ?

हामीले त्यो अनुभव नगरे पनि येशूले हामीलाई किन "सुन्दर" भनी बोलाउनुभयो भनेर हामीले भविष्यका सेसनहरूमा सिक्नेछौं भनेर व्याख्या गर्नुहोस् ।

प्रार्थनाको समयः नरम आराधनाको सङ्गीत बजाउनुहोस् र सिकारूहरूलाई प्रभुमा आराम गर्न उपयुक्त स्थान खोज्न लगाउनुहोस् । श्रेष्ठगीतको पुस्तक हामीसँग अचम्म र विशेष सम्बन्ध राख्ने येशूको चाहनाको बारेमा हो भनेर उनीहरूलाई सम्झना दिलाउनुहोस् । आफ्ना आँखा बन्द गर्न भन्नुहोस् र उनीहरूका लागि येशूको निम्तो सुन्न लगाउनुहोस् । उहाँ वचनहरू वा तस्वीरहरूमा पनि बोल्न सक्नुहुन्छ भनेर व्याख्या गर्नुहोस् ।

श्रेष्ठगीत २:१० पढेको केही समयपछि उनीहरूका लागि येशूको निम्तोमा शान्त भई प्रतिक्रिया दिन उनीहरूलाई बताउनुहोस् । कसैले हामीलाई निम्तो दिँदा हामीले प्रतिक्रिया दिनुपर्छ भनेर उनीहरूलाई बताउनुहोस् । पर्खनुहोस् र उहाँसँग बोल्न उनीहरूलाई अनुमति दिनुहोस् । उनीहरू किन सुन्दर छन् भनेर उहाँले सोच्नुहुन्छ भनेर उनीहरूलाई बताउन उहाँलाई बिन्ती गर्नुहोस् । त्यसपछि उहाँले भन्नुभएको के कुरा उनीहरूले सुने, सो बाँड्ने मौका दिनुहोस् ।

क्रियाकलापः परमेश्वरको सृष्टिको सुन्दरतामा हेर्न सिकारूहरूलाई बाहिर हिँडाउनुहोस् । उदाहरणहरू देखाउनुहोस् र त्यस्तै गर्न उनीहरूलाई भन्नुहोस् । पातहरू, फूलहरू, साना हाँगाहरू र अन्य प्राकृतिक तत्वहरू सङ्कलन गर्न लगाउनुहोस् । तपाईंको कक्षाकोठामा फर्किनुहोस् र सिकारूहरूलाई येशूको निम्तोको उदाहरणबाट देखाउँदै निम्तो सृजना गर्न लगाउनुहोस् । ती कुराहरूलाई येशूले उनीहरूलाई "उठ" भनेर बोलाउँदै हुनुहुन्छ भनेर सम्झन आफ्नो जर्नलमा राख्न भन्नुहोस्- र जसमा उनीहरूले प्रतिक्रिया दिएका थिए ।

आफ्नो जर्नलमा लेख्न सिकारूहरूलाई भन्नुहोस् (अहिले वा अर्को सेसनको अघि नै)

- प्रार्थनाको समयमा येशूले तपाईंलाई के भन्नुभयो- उहाँको निम्तो
- उहाँको निम्तोमा तपाईंले कसरी प्रतिक्रिया दिनुभयो । तपाईंले यसलाई येशूलाई पत्र लेखेझैं लेख्न सक्नुहुन्छ ।
- येशूको मित्र हुनुको अर्थ को र जीवनमा यसले साना बालबालिकाहरूलाई कसरी सहायता गर्नेछ भन्ने बारेमा उनीहरूलाई तपाईंले बताउन चाहनुभएको दुईवटा कुराहरू लेख्नुहोस् ।

सेसन २: येशू साँचो मित्र हुनुहुन्छ

नियमित पाठ्यक्रमको केन्द्रबिन्दुः तपाईंका साँचो मित्रहरू को हुन् भनेर चिन्ने

उच्चमा उचालिने पाठ्यक्रमको केन्द्रबिन्दुः येशू साँचो मित्र हुनुहुन्छ।

सेसनका उद्देश्यहरूः

- येशूको मित्र हुनुको अर्थ के हो भनेर बालबालिकाहरूलाई बुझ्न सहायता गर्ने।
- येशूको मित्र कसरी हुने भनेर उनीहरूलाई देखाउने।
- येशू साँचो मित्र हुनुहुन्छ भनेर सिकाउने।
- उनीहरूले आफ्न सपनाहरू पछयाउँदा येशूसँगको मित्रताले उनीहरूलाई सुरक्षित, स्वस्थ र स्वतन्त्र राख्नुहुन्छ भनेर उनीहरूलाई देखाउने।

मुख्य खण्डः "उहाँ नै मेरा प्रेमी, मेरा मित्र हुनुहुन्छ" (श्रेष्ठगीत ५:१६)।

चित्र पुस्तकका पृष्ठहरू २६-३४

स्रोतहरू र सामाग्रीहरूको सूचीः मित्रता फ्रेमका सामाग्रीहरू

सिकारूका लागि सेसनः जर्नलहरू

कक्षाअघिः सेसनको नोट पढ्नुहोस् र तपाईंको विशेष समूहको लागि तपाईंले सोच्नुभएको सबैभन्दा उपयुक्त प्रश्नहरू छान्नुहोस्। तपाईंको कक्षाको लागि पाठ तयार पार्दा पवित्र आत्माले तपाईंलाई बाटो देखाउनुहोस् भनेर बिन्ती गर्नुहोस्।

सेसन १ पुनरावलोकनः अघिल्लो सेसन पुनरावलोकन गर्न केही समय बिताउनुहोस्, जहाँ हामीले येशूले उहाँसँग उच्च सम्बन्ध-विशेष मित्रता राख्न तिनीहरूलाई निम्तो दिँदै हुनुहुन्छ भनेर सिक्यौं। उनीहरूले उहाँको निम्तोलाई "हुन्छ" भन्न सक्छन्।

सेसन २ सुरु गर्नेः यो सेसनमा हामीले येशूको मित्र हुनुको अर्थ के हो- अनि हाम्रा सपनाहरू पछयाउन त्यसले कसरी हामीलाई कसरी सहायता गर्छ भनेर सिक्नेछौं। बालबालिकासँग छलफल गर्नुहोस्

- भिन्न प्रकारका मित्रताहरू केके हुन्?
- के सबै तपाईंको मिल्ने मित्रहरू छन्?
- कुनै व्यक्ति तपाईंको सबैभन्दा मिल्ने मित्र वा साथी हो भनेर तपाईंले कसरी थाहा पाउनुहुन्छ?
- के मित्रहरूले- तपाईंको सबैभन्दा मिल्ने मित्रले पनि कहिलेकाहीँ तपाईंलाई निरास बनाउँछन्?

मञ्जरीले साँचो मित्रहरू, उनको मित्रजस्तो हुन खोज्ने मानिसहरू र सपनाका चोरहरूका बारेमा के सिकिरहेको छ भनेर बालबालिकालाई सम्झाउनुहोस्।

- मञ्जरीको साँचो मित्रहरू को थिए? (झाउँकिरी र चेपेगाँडा)
- को उसको मित्रजस्तो भयो तर वास्तवमा थिएन? (सपनाका चोरहरू)

श्रेष्ठगीत ५:१६ पढ्नहोस् र यो पदले येशूको बारेमा बताइरहेको छ भनेर व्याख्या गर्नुहोस्। उहाँ मात्रै यस्तो मित्र हुनुहुन्छ, जसले हामीलाई कहिल्यै पनि निरासामा पार्नुहुनेछैन। उहाँले हामीलाई सधैं प्रेम गर्नुहुनेछ। हामीले उहाँलाई विश्वास गर्न सक्छौं किनभने उहाँ साँचो मित्र हुनुहुन्छ।

यी पदहरू बालबालिकालाई पढ्न दिनुहोस् (वा उनीहरूलाई ठूलो सोरले पढ्न लगाउनुहोस्):

“अब्राहामले परमेश्वरमा विश्वास गरे र यो उनको निम्ति धार्मिकता गनियो र उनी परमेश्वरका मित्र कहलिए” (याकूब २:२२-२३)।

“आफ्ना मित्रहरूका लागि आफ्नो प्राण अर्पण गरिदिनुभन्दा ठूलो प्रेम अरू कसैको हुँदैन। म तिमीहरूलाई जे आज्ञा गर्दछु, ती तिमीहरूले गर्‍यौ भने तिमीहरू मेरा मित्र हौ। अबदेखि म तिमीहरूलाई नोकर भन्दिनँ किनकि त्यसका मालिकले के गर्दछ, नोकरले जान्दैन। तर मैले तिमीहरूलाई मित्र भनेको छु किनभने जे मैले मेरा पिताबाट सुनें, मैले ती सबै तिमीहरूलाई जनाइदिएको छु” (यूहन्ना १५:१३-१५)।

- नोकर र मित्रको बीचमा के भिन्नता छ ? तपाईं को हुनुहुन्छ भनेर येशूले भन्नुभयो ? (उहाँका मित्रहरू)
- तपाईं कसरी येशूको मित्र हुन सक्नुहुन्छ ? (उहाँलाई प्रेम गरेर, पछ्याएर, विश्वास गरेर, बाइबल पढेर र उहाँको बारेमा सिकेर, प्रार्थनामा उहाँसँग कुराकानी गरेर)

बेचबिखन सम्पर्कः येशूसँग नजिकको मित्रता गाँस्नुले उनीहरू बेचबिखन हुनबाट बच्न सहायता गर्न सक्छ भनेर बालबालिकालाई व्याख्या गर्नुहोस्। यूहन्ना १५:१३-१५ मा येशूले नोकर र मित्रको बीचमा भएको भिन्नताको बारेमा कुरा गर्नुभएको छ, जब तपाईंलाई बेचिइन्छ, तपाईं कसैको दास वा नोकर बन्नुहुन्छ- उनीहरूले आफू तपाईंको मित्र हुँ भने पनि। उनीहरूले गरेका कामबाट तपाईंले साँचो मित्रको बारेमा थाहा पाउन सक्नुहुन्छ, उनीहरूले भनेका कुराबाट होइन।

प्रार्थनाको समयः पृष्ठभूमिमा नरम साङ्गीतिक आराधनाको सङ्गीत बजाउनुहोस्। बालबालिकाहरूले येशूको आवाज शान्त भएर सुन्न लागेका छन् भनेर उनीहरूलाई बताउनुहोस्। येशू हामीसँग ठूलो सोरले कराउनुहुन्न तर "सानो, मसिनो आवाजमा" बोल्नुहुन्छ, त्यसैले हामीले त्यो सावधानीपूर्वक सुन्नुपर्छ भनेर व्याख्या गर्नुहोस्। कहिलेकाहीँ उहाँ वचनबाट वा कुनै समय उहाँ तस्वीरहरूबाट बोल्नुहुन्छ भनेर फेरि उनीहरूलाई सम्झाउनुहोस्। येशूले उनीहरूसँग विशेष मित्रता गाँस्न चहानुहुँदा अघिल्लो सेसनमा येशूले उनीहरूलाई दिनुभएको निम्तोको बारेमा फेरि सम्झाउनुहोस्। अब विशेष रूपमा त्यो मित्रताको अर्थ के हो र उनीहरू कसरी उहाँका मित्र हुन सक्छन् भनेर उहाँसँग सोध्न लगाउनुहोस्। उहाँले आफ्नो बारेमा तस्वीर र उनीहरूका मित्रको रूपमा देखाउनुभएको होस् भनेर बिन्ती गर्नुहोस्। परमेश्वरबाट सुन्न उनीहरूका आत्मिक आँखाहरूले हेर्न (एफिसी १:१८) बालबालिकालाई समय दिनुहोस्। त्यसपछि बालबालिकाहरूले उहाँले भन्नुभएको कुरा सुनेको र उनीहरूले देखेका कुराहरू बाँड्न लगाउनुहोस्। उनीहरूले बाँडेका कुराहरूमा उनीहरूलाई उत्साह दिनुहोस्।

क्रियाकलापको समयः बालबालिकाहरूलाई दोस्रो मित्रताको फ्रेम बनाउन लगाउनुहोस्, यो समयमा उनीहरूले येशूसँग आफ्नो तस्वीर बनाउनुपर्छ। प्रार्थनाको समयमा उहाँले उनीहरूलाई विशेष केही कुरा बताउनुभएको छ भने उनीहरूले आफ्नो मित्रताको फ्रेममा त्यो लेख्न सक्छन्।

सिकारूका लागि सेसन २ मा अतिरिक्त कुराहरू

“यिनी मेरो प्रेमी, मेरो मित्र हो।”

यो अतिरिक्त सामाग्रीमा प्रयोग हुन अतिरिक्त ३० मिनेट दिनुहोस्।

यो सेसनको लागि हाम्रो मुख्य पद पढ्नुहोस् र सिकारूहरूसँग छलफल गर्नुहोस्। बाइबलमा परमेश्वरले आत्मिक सिध्दान्त परिभाषित गर्न प्रायः प्राकृतिक उदाहरणहरू प्रयोग गर्नुभयो भनेर व्याख्या गर्नुहोस्। विवाह सबै सम्बन्धहरूमध्ये सबैभन्दा नजिकको सम्बन्ध हो।

- कुनै जोडीले विवाह गर्छन् किनभने उनीहरू मित्रभन्दा बढी हुन्छन्।
- उनीहरू भावनात्मक स्तरमा जोडिएका हुन्छन्, जुन अरू कुनै मानव सम्बन्धभन्दा उच्च हुन्छ।
- जब दुई मानिसले एकअर्कालाई प्रेम गर्छन्, उनीहरूले आफ्नो बाँकी रहेको जीवन एकअर्कासँग बिताउन चाहन्छन्।

- मृत्युले बाहेक अरू कुराले उनीहरूलाई छुट्टयाउन सक्दैन ।
- बिहान उनीहरूले देख्ने पहिलो व्यक्ति र रातमा देख्ने सबैभन्दा अन्तिम व्यक्ति यही होस् भनेर उनीहरूले चाहन्छन् ।
- उनीहरूको प्रेम यति बलियो हुन्छ कि उनीहरू एकदमै सबैभन्दा नजिक हुन्छन् ।
- उनीहरूलाई प्रेम र स्वीकार गरिएको छ भन्ने जानेर उनीहरूले एकअर्काको अङ्गालोमा आराम गर्न सक्छन् ।

प्रभुले यही सम्बन्ध हामीसँग चाहनुहुन्छ । यशैया ५४:५, प्रकाश १९:७-९, मत्ती ९:१५ र २५:१-१३ जस्ता पदहरू बाँड्नुहोस्, जसले येशूलाई हाम्रो दुलहाको रूपमा देखाउँछ । युवाहरूका लागि यो कुरा बुझ्न गाह्रो हुन सक्छ, विशेषगरी केटाहरू र साना नानीहरूलाई तर उनीहरूलाई सहायता गर्न पवित्र आत्मासँग तपाईंले बिन्ती गर्नुहोस् । विश्वासीहरूका लागि यो कुरा बुझ्नु मुख्य कुरा हो । येशूसँग यस्तै विशेष सम्बन्धको बारेमा लेखिएको पुस्तक श्रेष्ठगीत हो भनेर व्याख्या गर्नुहोस् ।

प्रार्थनाको समयः तपाईंले नरम सङ्गीत बजाउँदा सिकारूहरूलाई प्रार्थनामा शान्त भई येशू कसरी तिनीहरूका दुलहा राजा हुनुहुन्छ भनेर जान्न सहायता गर्नुहोस् भनेर उहाँसँग बिन्ती गरून् । माथि दिइएका पदहरू फेरि बिस्तारै पढ्नुहोस् । उनीहरूले यो धारणा बुझेनन् भने यसलाई उनीहरूका लागि व्याख्या गर्न उहाँलाई बिन्ती गर्न सक्छन् भनेर उनीहरूलाई सम्झाउनुहोस् ।

उहाँले तिनीहरूलाई बताउनुभएको कुरा वा उहाँले देखाउनुभएको कुरा आफ्ना जर्नलमा लेख्न लगाउनुहोस् ।

सेसन ३: तपाईं अद्वितीय, मूल्यवान र प्रेम गर्न योग्य हुनुहुन्छ भनेर येशूले भन्नुहुन्छ

नियमित पाठ्यक्रमको केन्द्रबिन्दुः तपाईं अद्वितीय, मूल्यवान र प्रेम गर्न योग्य हुनुहुन्छ।

उच्चमा उचालिने पाठ्यक्रमको केन्द्रबिन्दुः तपाईं अद्वितीय, मूल्यवान र प्रेम गर्न योग्य हुनुहुन्छ भनेर येशूले भन्नुहुन्छ।

सेसनका उद्देश्यहरूः

- बालबालिकाहरू अद्वितीय, मूल्यवान र प्रेमको योग्य छन् भनेर येशूले भन्नुभएको कुरा उनीहरूलाई सिकाउने।
- उनीहरूले येशूलाई प्रेम गर्छन् भने उनीहरूले गल्ती गर्दा पनि उहाँको प्रेम परिवर्तन हुँदैन भनेर उनीहरूलाई देखाउने।
- उनीहरूले गरेका वा नगरेका कुरामा परमेश्वरसँगको मित्रता निर्भर हुँदैन भनेर उनीहरूलाई देखाउने।

मुख्य खण्डः "म श्याम वर्णकी तर सुन्दरी छु" (श्रेष्ठगीत १:५)।

चित्र पुस्तक पृष्ठहरू २७-५३

स्रोतहरू र सामाग्रीहरूः नचाहिने

सिकारूका लागि सेसनः जर्नलहरू

कक्षाअघिः सेसनको नोट पढ्नुहोस् र तपाईंको विशेष समूहको लागि तपाईंले सोच्नुभएको सबैभन्दा उपयुक्त प्रश्नहरू छान्नुहोस्। तपाईंको कक्षाको लागि पाठ तयार पार्दा पवित्र आत्माले तपाईंलाई बाटो देखाउनुहोस् भनेर बिन्ती गर्नुहोस्।

सेसन २ को पुनरावलोकनः अघिल्लो सेसन पुनरावलोकन गर्न केही समय बिताउनुहोस्- येशूको मित्र हुनुको अर्थ के हो भन्ने बारेमा।

सेसन ३ सुरु गर्नुहोस्: मञ्जरीले सिकेको तेस्रो पाठ "तपाईं अद्वितीय, मूल्यवान र प्रेम गर्न योग्य हुनुहुन्छ" भन्ने थियो भनेर बालबालिकाहरूलाई बताउनुहोस्। अघिल्लो पाठमा बालबालिकाहरूले आफूले उहाँको लागि गरेका कुरा वा उनीहरू कति असल छन् भन्ने आधारमा येशूसँग मित्रता महसुस गरेका हुन सक्छन्। एफिसी २:८-९ पढ्नुहोस्: "किनभने अनुग्रहबाट विश्वासद्वारा तिमीहरूले उद्धार पाएका छौ र यो तिमीहरू आफैबाट होइन, यो त परमेश्वरको वरदान हो, कर्महरूद्वारा होइन, नत्रता मानिसले घमण्ड गर्नेछ।" येशूको मित्र हुनु परमेश्वरबाट आएको उपहार हो भनी व्याख्या गर्नुहोस्। हामीले गरेका कामबाट वा हामी कति असल छौं भन्ने कारणले होइन। हामीले उहाँको प्रेम कमाउन कहिल्यै केही गर्न सक्छौं ? सक्दैनौं, त्यसकारण यो सित्तैको उपहार हो। हामीले केही कुरामा भुल गरे पनि येशूको प्रेम निरन्तर महसुस गरिरहन यसले हामीलाई सहायता गर्नेछ।

उनीहरू अद्वितीय, मूल्यवान र प्रेम गर्न योग्य छन् भनेर परमेश्वर आफैंले कसरी भन्नुभएको छ भनेर देखाउन जोड दिँदै बालबालिकाको लागि पढ्न यी पदहरूमध्ये केही छान्नुहोस्: सपन्याह ३:१७, भजनसंग्रह १३९:१४, १७-१८, लूका १२:२४, यशैया ४३:१, यशैया ४९:१६, यूहन्ना १:१२ र यूहन्ना १५:१५।

यो सेसनको लागि हाम्रो मुख्य खण्ड पढ्नुहोस्, "म श्यामवर्णकी तर सुन्दरी छु।" श्याम वर्ण भन्ने शब्दको बारेमा बताउनुहोस्, यसले हाम्रो छालाको रङ भनेर उल्लेख गरेका होइन भनेर बालबालिकाले बुझेको निश्चित हुनुहोस्। यसको अर्थ हामीले गल्ती गर्दा वा केही कुरा गलत गर्दा येशूले अझै पनि हामीलाई प्रेम गर्नुहुन्छ भनेर हामीले थाहा पाउन सक्छौं भन्ने हो। येशूको विरुध्दमा विद्रोह गर्ने व्यक्तिलाई यसले वर्णन गर्दैन, त्यसको साटो यसले उहाँलाई प्रेम गर्ने तर गल्तीहरू गर्ने व्यक्तिलाई वर्णन गर्छ। "आत्मा त साँच्चै तयार छ, तर शरीर दुर्बल छ।" सुन्दरी शब्दको अर्थको बारेमा छलफल गर्नुहोस्: "अचम्मको, खुसी पार्ने, हृदय वा मनको साथै आँखाको पनि अपील गर्ने सुन्दरता भएको।"

- सुन्दर भएको कुनै कुराको उदाहरणहरू सोध्नुहोस्।

- मुख्य खण्ड फेरि पढ्नुहोस् र तपाईंले गल्ती गरे पनि तपाईं "सुन्दर" हुनुहुन्छ भनेर येशूले सोच्नुहुन्छ भनेर व्याख्या गर्नुहोस् । उहाँले तपाईंलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र तपाईंको लागि उहाँको प्रेम घटाउन वा बढाउन तपाईंले केही पनि गर्न सक्नुहुन्न ।
- त्यहाँबाट तपाईंको मूल्य आउँछ । त्यसकारण तपाईंको लागि उहाँको प्रेम परमेश्वरको उपहार हो ।
- यूहन्ना १:१२ पढ्नुहोस् । "तर जतिले उहाँलाई ग्रहण गरे र उहाँको नाउँमाथि विश्वास गरे, उहाँले तिनीहरूलाई परमेश्वरका सन्तान हुने अधिकार दिनुभयो ।" परमेश्वरको सन्तान हुनु भनेको के हो ?
- के यसको अर्थ तपाईंले चाहेको जे पनि तपाईंले गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने हो ? (होइन, किनभने येशूको मित्र भएपछि तपाईंले सही कार्य गर्न चाहनुहुन्छ ।)
- "शर्तहीन प्रेमको" अर्थ तपाईंले केही गलत गर्नुभए पनि कसैले तपाईंलाई प्रेम गर्ने भन्ने हो । तपाईंले गर्नुभएको कुराको कारणले तपाईं मूल्यवान होइन तर तपाईं को हुनुहुन्छ भन्नेमा तपाईं मूल्यवान् हुनुहुन्छ ।
- कथामा ठूलोबाले कसरी मञ्जरीलाई शर्तहीन प्रेम देखाएका छन् ? (जब तिनी घर फर्किइन्, उनी तिनलाई स्वागत गर्न दौडन्छन् । तिनले गरेका गल्तीहरू उनले तिनलाई भन्छन् तर त्यस कुराले उनलाई प्रेम गर्न रोक्दैन ।)
- मञ्जरीको लागि यसको अर्थ के हो ? (तिनले ठूलोबाको आज्ञा पालन नगरेको हुनाले माफी मागिन् । ठूलोबाले अझै उसलाई प्रेम गर्छन् भनेर उनलाई थाहा थियो । उनी अझै राम्रो गर्न चाहन्छिन् र अर्को पटक उनको कुरा मान्नेछिन् ।)
- ठूलोबाले मञ्जरीलाई प्रेम गर्न तिनले केही गर्न सक्थिन् ? तिनलाई प्रेम कम गर्न ? (सक्दिनथिन्) त्यस्तै गरी येशूले तपाईंलाई धेरै वा कम प्रेम गर्न तपाईंले केही पनि गर्न सक्नुहुन्न ।

क्रियाकलाप: मञ्जरी घर फर्केको दृश्यमा नाटक गर्न बालबालिकाहरूलाई छवटा समूहहरूमा विभाजन गर्नुहोस् । एउटालाई मञ्जरी हुन, अर्कोलाई ठूलोबा बन्न र बाँकी सबैलाई अन्य झुसिल्किरा हुन छान्नुहोस् । सबैभन्दा पहिले कथामा के भएको थियो भनेर बालबालिकालाई नाटक गर्न दिनुहोस्- मञ्जरी घर फर्किन्छ भनेर ठूलोबाले कुरिरहन्छ र शर्तहीन प्रेमले उसलाई स्वागत गर्छ । त्यसपछि ठूलोबाले भन्नै प्रकारले प्रतिक्रिया दिएको नाटक बालबालिकालाई गर्न लगाउनुहोस्- तिनलाई स्वागत नगरेको, रिसाएको आदि । कुनचाहिँ राम्रो प्रतिक्रिया थियो र भिन्न प्रतिक्रियाहरूले मञ्जरीलाई कस्तो महसुस गराउन सक्छ भनेर छलफल गर्नुहोस् ।

बेचबिखन सम्पर्क: तपाईं अद्वितीय, मूल्यवान र प्रेम गरिएको हुनुहुन्छ भनेर येशूले सोच्नुहुन्छ भन्ने कुरा हामीले थाहा पाउँछौं, हामीले मानव बेचबिखन गर्ने दलालहरूको झुटहरूमा विश्वास गर्नुपर्दैन ।

प्रार्थनाको समय: तपाईंले नरम साङ्गीतिक आराधनाको सङ्गीत बजाउनुहुँदा बालबालिकालाई शान्त रूपमा आराम गर्न दिनुहोस् । येशू तिनीहरूलाई देखेर आनन्द मान्दै मुस्कुराइरहनुभएको बारेमा सोच्न भन्नुहोस् । "म श्यामवर्णकी तर सुन्दरी छु" भनेर उनीहरूलाई उत्साह दिनुहोस् । उनीहरूले गल्ती गरेको समयको बारेमा सोच्न लगाउनुहोस्, उनीहरूलाई येशूको वचन सुन्न प्रेरणा दिनुहोस् । के उनीहरू अझै "श्यामवर्णका तर सुन्दर" छन् त ? येशू कहिलेकाहीँ वचन र अन्य समयमा तस्वीरबाट बोल्नुहुन्छ भनेर बालबालिकाहरूलाई सम्झाउनुहोस् । कम्तीमा पनि पाँच मिनेट बालबालिकाहरूलाई प्रभुसँग समय बिताउन समय दिनुहोस् र त्यसपछि उनीहरूले के अनुभव गरेर भनेर बाँड्न लगाउनुहोस् ।

सिकारूहरूका लागि सेसन ३ मा अतिरिक्त कुराहरू

"म श्यामवर्णकी तर सुन्दरी छु ।"

यो अतिरिक्त सामाग्री प्रयोग गर्न अतिरक्त ३० मिनेट दिनुहोस् ।

यो सेसनको लागि हाम्रो मुख्य पद पढ्नुहोस् र सिकारूहरूका लागि यसको अर्थ के हो भनेर उनीहरूसँग छलफल गर्नुहोस् । लूका १५ अध्यायमा भएको उडन्ता पुत्रको कथा पढ्नुहोस् । सिकारूहरूले माथि भनिएझैं त्यही क्रियाकलाप गर्न सक्छन् तर ठूलोबा र मञ्जरीको साटो उनीहरूले दुईवटा भिन्नै परिणामहरू निस्कने उडन्ता पुत्र वा पुत्रीको आफ्नै दृश्यको सृजना गर्न दिनुहोस् ।

- यी भिन्न प्रतिक्रियाहरूले तपाईंलाई कस्तो महसुस गरायो ?

- शर्तहीन प्रेम भनेको के हो ?
- कसैलाई शर्तहीन प्रेम गर्ने र पापमय स्वभावलाई अन्धो रूपमा बेवास्ता गर्ने बीचमा भिन्नता के छ ?
- तपाईंले केही कुरा गलत गर्दा तपाईंले किन पश्चात्ताप गर्नुपर्छ ? (परमेश्वरको अनुग्रह पाउनको लागि)
- तपाईंले पश्चात्ताप गरेपछि के गर्नहुन्छ ? (परमेश्वरको क्षमा र प्रेम पाउनुहुन्छ, हाम्रो पापमा केन्द्रित हुने होइन तर उहाँमा हुने)
- जानीजानी परमेश्वरको विरुध्दमा विद्रोह गर्ने र अपरिपक्व विश्वासीले गर्ने गल्तीका बीचमा के भिन्नता छ ? (परमेश्वर विद्रोह र आत्मिक अपरिपक्वतामा अलमलिनुहुन्न ।)

"श्यामवर्णकी तर सुन्दरी" को बारेमा छलफल गर्नुहोस् । हाम्रो लागि येशूको महान् प्रेम र हाम्रो पाप थाहा पाउनु बीचको विरोधाभासको बारेमा बाँड्नुहोस् ।

- तपाईंको आफ्नै बारेमा त्यसले कस्तो महसुस गर्न लगायो ? येशूको बारेमा ?
- यस्तो कुरा थाहा पाएर तपाईंले केही गल्ती गर्दा यसले तपाईंलाई उहाँमा नजिक हुने वा उहाँबाट भाग्ने, के बनाएको छ ?
- यो किन बुझ्नु धेरै महत्त्वपूर्ण सत्यता हो ?
- गल्ती गर्ने अरू मानिसहरूलाई हेर्न यसले हामीलाई कसरी सहायता गर्छ ?

साना बालबालिकाहरूलाई झैं त्यही प्रार्थनाको समयबाट सिकारूहरूलाई डोर्याउनुहोस् । शान्त भएर १ यूहन्ना ३:१, १ यूहन्ना ४:१९ र यूहन्ना १५:९ पढ्नुहोस् । सिकारूहरूले आफ्नो जीवनमा गरेका पाप सम्झँदै गर्दा उनीहरूलाई चङ्गाइको विशेष खाँचो हुन सक्छ । उनीहरूलाई पश्चात्ताप र क्षमाबाट डोर्याउन तयार हुनुहोस्, येशूले उनीहरूलाई अझै "सुन्दरी" को रूपमा देख्नुहुन्छ भनेर उत्साह दिनुहोस् । उहाँसँग विशेष मित्रता गर्न उहाँको निम्तो उनीहरूले कसरी स्वीकार गरे भन्ने बारेमा सम्झना दिलाउनुहोस् । उनीहरूले पवित्र जीवन जिएको उहाँ चाहनुहुन्छ र त्यसो गर्नमा उहाँले उनीहरूलाई अनुग्रह दिनुहुनेछ भनेर सम्झना दिलाउनुहोस् ।

"श्यामवर्णकी तर सुन्दरी" हुनुको बारेमा उनीहरूले के अनुभव गरे भन्ने बारेमा उनीहरूका जर्नलमा लेख्न लगाउनुहोस् । उहाँको शर्तहीन प्रेमले उनीहरूलाई कस्तो महसुस गरायो ?

सेसन ४: जब तपाईं कठिन अवस्था भएर जानुहुन्छ, येशू सधैं तपाईंको साथमा हुनुहुनेछ ।

नियमित पाठ्यक्रमको केन्द्रबिन्दु: धैर्य, मेहेनेत गर्नुहोस् र सही समयको प्रतीक्षा गर्नुहोस्।

उच्चमा उचालिने पाठ्यक्रमको केन्द्रबिन्दु: जब तपाईं कठिन अवस्था भएर जानुहुन्छ, येशू सधैं तपाईंको साथमा हुनुहुनेछ।

सेसनका उद्देश्यहरू:

- बालबालिकाहरू कठिन समयबाट गुज्रिँदा उनीहरूका लागि येशू जहिले पनि हुनुहुनेछ भनेर बुझ्न सहायता गर्ने।
- उनीहरूले उहाँको सहायता माग्न सक्छन् भनेर उनीहरूलाई देखाउने।
- उनीहरूले आशा गरेभन्दा भिन्न तरिकामा उहाँले जवाफ दिन सक्नुहुन्छ भनेर सिकाउने।

मुख्य खण्ड: "आफ्ना प्रेमीसित अड़ेस लाग्दै उजाड़-स्थानतिरबाट आउने को छ?" (श्रेष्ठगीत ८:५)

चित्र पुस्तक पृष्ठहरू ५४-६८

स्रोतहरू र सामाग्रीहरूको सूची: नचाहिने

सिकारू सेसनको लागि: जर्नलहरू

कक्षाअघि: सेसनको नोट पढ्नुहोस् र तपाईंको विशेष समूहको लागि तपाईंले सोच्नुभएको सबैभन्दा उपयुक्त प्रश्नहरू छान्नुहोस्। तपाईंको कक्षाको लागि पाठ तयार पार्दा पवित्र आत्माले तपाईंलाई बाटो देखाउनुहोस् भनेर बिन्ती गर्नुहोस्।

सेसन ३ पुनरावलोकन: अघिल्लो सेसन पुनरावलोकन गर्न केही समय बिताउनुहोस् कि हामी अद्वितीय, मूल्यवान र प्रेम गर्न योग्यका छौं किनभने हामी त्यस्ता छौं भनेर येशूले भन्नुभयो, हामीले गरेका वा नगरेका कुरामा यो कुरा निर्भर हुँदैन।

सेसन ४ सुरु गर्नुहोस्: मञ्जरीले सिकेकी चौथो कुरा "धैर्य, मेहेनेत गर्नुहोस् र सही समयको प्रतीक्षा गर्नुहोस्" भन्ने थियो। यी शब्दहरूको अर्थ के हो भनेर पुनरावलोकन गर्नुहोस्। मञ्जरीलाई कोकुनमा रहन कति गाह्रो भएको थियो भनेर पुनरावलोकन गर्नुहोस्।

- त्यो किन उनको रूपान्तरणको महत्त्वपूर्ण भाग थियो ?
- त्यहाँ हुँदा उनी कसमाथि भर परेकी थिइन् ? (घामकिरा)
- घामकिरा येशूको चिन्ह भनेर व्याख्या गर्नुहोस्।

हाम्रो मुख्य पद छलफल गर्नुहोस्, श्रेष्ठगीत ८:५

- उजाडस्थान भनेको के हो ? (सुख्खा, कोही पनि नबस्ने ठाउँ, धेरै मित्रहरू नभएको। तपाईं कठिन अवस्थाबाट गुज्रिरहेको समय पनि हुन सक्छ।)
- अडेस लगाउनु भनेको के हो ? (भर पर्नु, विश्वास गर्नु)
- जब तपाईं कठिन अवस्थाबाट गुज्रनुहुन्छ, तपाईं कसरी "अडेस" लाग्न सक्नुहुन्छ ? के तपाईंले पनि त्यही गर्नुभएको उहाँले चाहनुहुन्छ ? (चाहनुहुन्छ)
- आफ्ना सपनाहरू बालबालिकाहरूले पछ्याउँदा वा अन्य क्षेत्रमा अहिले उनीहरू गुज्रिरहेका कठिन अवस्थाहरूका बारेमा बाँड्न उनीहरूलाई सोध्नुहोस्। के येशूले उनीहरूलाई सहायता गर्न चाहनुहुन्छ ? उनीहरूले उहाँको सहायता कसरी माग्न सक्छन् ?

क्रियाकलाप: विद्यार्थीहरूलाई पाँचवटा समूहमा विभाजन गर्नुहोस् र त्यो समयमा उनीहरूले सामना गरेको कठिनाइको बारेमा नाटक गर्न भन्नुहोस्। उनीहरूले यो कुरा शब्दहरूबाट वा शब्दबिना पनि गर्न सक्छन्। समय छ भने उनीहरूले पृष्ठभूमिको लागि आफ्नै सङ्गीत छान्न सक्छन्।

- त्यो कठिनाइको समयमा तपाईंले येशूमा भर पर्न सक्ने तरिकाहरूमा छलफल गर्नुहोस् ।
- येशूले तपाईंलाई कसरी सहायता गर्न सक्नुहुन्छ ?
- तपाईंले चाहनुभएको तरिकामा के उहाँले सधैं सहायता गर्नुहुन्छ ? किन गर्नुहुन्न ?
- उहाँले तपाईंलाई सहायता गर्न भिन्नै तरिका छान्नु उहाँले तपाईंलाई कम प्रेम गर्नुहुन्छ भन्ने अर्थ हो ?
- तपाईंले आशा गर्नुभएको भन्दा भिन्नै समयमा उहाँले तपाईंलाई जवाफ दिन छान्नु उहाँले तपाईंलाई कम प्रेम गर्नुहुन्छ भन्ने अर्थ हो ?

बेचबिखन सम्पर्क: बालबालिकाहरूले आफ्ना सपनाहरू सत्य बनाउन र सुरक्षित रहनको लागि उनीहरूले बनाएका मानिसहरूको सूची उनीहरूको योजनाको एकदमै महत्त्वपूर्ण भाग हुन् भनेर उनीहरूलाई बताउनुहोस् । येशूमा भर पर्नाले उनीहरूको सपना सत्य बनाउन र सुरक्षित रहन सहायता हुनेछ ।

प्रार्थनाको समय: तपाईंले नरम साङ्गीतिक आराधनाको सङ्गीत बजाउनुहुँदा बालबालिकाहरू कठिन कुराहरूबाट गुज्रिरहको समयको बारेमा सोच्न लगाउनुहोस्- अथवा क्रियाकलापमा उनीहरूले देखाएका वा अन्य कठिन अवस्थाहरू । त्यसपछि येशूले उनीहरूलाई त्यसमा कसरी सहायता गरिरहनुभएको छ भनेर देखाउन उहाँसँग बिन्ती गर्न अह्राउनुहोस् । उहाँ दृश्यको साथमा वचनबाट पनि बोल्नुहुन्छ भनेर उनीहरूलाई याद दिलाउनुहोस् । त्यसपछि उहाँले विद्यार्थीहरूलाई के देखाउनुभयो भनेर बाँड्ने समय दिनुहोस् । समय छ भने उनीहरूले त्यसको तस्वीर पनि बनाउन सक्छन् ।

सिकारूहरूका लागि सेसन ४ मा अतिरिक्त कुराहरू

“आफ्ना प्रेमीसित अड़ेस लाग्दै उजाड़-स्थानतिरबाट आउने को छ ?”

यो अतिरिक्त सामाग्री प्रयोग गर्न अतिरिक्त ३० मिनेट दिनुहोस् ।

साना बालबालिकाहरूले देखाएकै उही क्रियाकलापहरू सिकारूहरूले गर्न सक्छन् र प्रार्थनाको समय बिताउन सक्छन् । क्रियाकलापपछि उनीहरू गुज्रिएका कठिन समयहरू र प्रार्थनाको समयमा येशूले उनीहरूलाई देखाउनुभएका कुराहरूका बारेमा छलफल गर्न अगुवाइ गर्नुहोस् ।

- अहिले तपाईं कस्तो प्रकारको उजाडस्थानको समयबाट गुज्रिरहनुभएको छ ? येशूले तपाईंलाई सहायता गरिरहनुभएको छ भनेर तपाईंले कसरी देख्नुहुन्छ ?
- के तपाईंले येशूलाई आफ्नो प्रेमीको रूपमा देख्न सुरु गर्नुभएको छ ? दुलहाको रूपमा ?
- उदाहरणहरू बाँड्नुहोस् ।
- निरन्तरताको अर्थ तपाईंले निरासा महसुस गरे पनि मेहनेत साथ काम गरिरहने हो भनेर याद राख्नुहोस् । येशूले तपाईंलाई कसरी निरन्तर सहायता गर्न सक्नुहुन्छ ?
- तपाईं कठिन समयहरूबाट गुज्रिनुभएको समयमा येशू तपाईंको साथमा हुनुभएको अवस्थाको बारेमा बाँड्नुहोस् । यो समयमा तपाईं कसरी परिवर्तन हुनुभयो ?

प्रार्थनाको समयमा येशूले उनीहरूलाई बताउनुभएको कुरा उनीहरूको जर्नलामा लेख्न उनीहरूलाई भन्नुहोस् । उहाँमाथि अडेस लगाएको कुरा उनीहरूले कसरी महसुस गर्छन् ? आफूले लेखेका कुरा पढेर बाँड्न चाहनेहरूलाई अनुमति दिनुहोस् ।

सेसन ५: येशूले तपाईंलाई आफ्नो "गुप्त स्थानमा" निम्तो दिनुहुन्छ, जहाँ उहाँले तपाईंलाई बचाउनुहुन्छ।

नियमित पाठ्यक्रमको केन्द्रबिन्दु: तपाईं उड्न जन्मनुभएको थियो। थोरैमा सन्तुष्ट नहुनुहोस्।

उच्चमा उचालिने पाठ्यक्रमको केन्द्रबिन्दु: येशूले तपाईंलाई आफ्नो "गुप्त स्थानमा" निम्तो दिनुहुन्छ, जहाँ उहाँले तपाईंलाई बचाउनुहुन्छ।

सेसनका उद्देश्यहरू:

- येशूले बालबालिकाहरूलाई गुप्त स्थानमा निम्त्याइरहनुभएको छ भनेर उनीहरूलाई सिकाउने, जहाँ उहाँले उनीहरूलाई बचाउनुहुन्छ र प्रेम गर्नुहुन्छ।
- गुप्त स्थान बाइबलभरि उल्लेख गरिएको छ भनेर उनीहरूलाई देखाउने, जहाँ हामीलाई बस्ने अधिकार दिइएको छ।
- गुप्त स्थान सधैं सजिलो हुँदैन भनेर उनीहरूलाई सम्झाउने, तर त्यहाँ उहाँले हामीसँग महत्त्वपूर्ण पाठहरू बाँड्नुहुनेछ।

मुख्य खण्ड: पहरामा गोप्य प्वालहरूहुँदो, भिरालो चट्टानमा बस्ने मेरी ढुकुर, मलाई तिम्रो अनुहार देखाऊ, तिम्रो सोर सुन्न पाऊँ किनभने तिम्रो सोर मीठो छ र तिम्रो मुहार सुन्दर छ (श्रेष्ठगीत २:१४)।

चित्र पुस्तकको पृष्ठहरू ६९-७८

स्रोतहरू र सामाग्रीहरूको सूची: ब्ल्याङ्केटहरू वा रुमालहरू

सिकारू सेसनको लागि: कपडा, कागज वा प्लास्टिकको टुक्रा, जर्नलहरू

कक्षाअघि: सेसनको नोट पढ्नुहोस् र तपाईंको विशेष समूहको लागि तपाईंले सोच्नुभएको सबैभन्दा उपयुक्त प्रश्नहरू छान्नुहोस्। तपाईंको कक्षाको लागि पाठ तयार पार्दा पवित्र आत्माले तपाईंलाई बाटो देखाउनुहोस् भनेर बिन्ती गर्नुहोस्।

सेसन ४ पुनरावलोकन: अघिल्लो सेसन पुनरावलोकन गर्दै केही समय बिताउनुहोस्- जब हामी कठिन समयहरूबाट गुज्रन्छौं, येशू सधैं हाम्रो लागि हुनुहुन्छ।

सेसन ५ सुरु गर्नुहोस्: मञ्जरीले सिकेकी पाँचौं कुरा तपाईं उड्न जन्मनुभएको हो भन्ने थियो। हामी उड्नको लागि जन्मिएका हौं भन्नुको अर्थ के हो भनेर पुनरावलोकन गर्नुहोस्। मञ्जरीले आफ्नो सपना पछयाउन उनको यात्रामा कठिन समयहरू के थिए भनेर बालबालिकालाई सोध्नुहोस्। तिनीले कोकुनभित्र बिताएका दिनहरू र हप्ताहरूको बारेमा उनीहरूलाई सम्झाउनुहोस्। झुसिल्किराहरूले कोकुनभित्र हप्ताहरू वा महिनौं पनि बिताउन सक्छन्।

- तपाईंको विचारमा त्यो कस्तो हुन्छ ?
- मञ्जरीले कोकुनको बारेमा के कुरा सिकेकी थिइन् ? (त्यो नराम्रो ठाउँजस्तो देखिन्छ तर तिनीले घामकिराबाट महत्त्वपूर्ण पाठहरू त्यहाँ सिकिन्।)

कहिलेकाहीँ हामी नराम्रोजस्तो देखिने स्थानमा हुन्छौं, जसरी मञ्जरी कोकुनमा थिइन्— तर हामीले येशूमा विश्वास गर्छौं भने उहाँले हामीलाई महत्त्वपूर्ण पाठहरू सिकाउनुहुनेछ। येशूले ती कुराहरूलाई गोप्य स्थानहरू भन्नुहुन्छ।

- श्रेष्ठगीत २:१४ पढ्नुहोस्। वास्तवमा येशूसँग समय बिताउन उहाँले तपाईंलाई यी गोप्य स्थानहरूमा निम्तो दिनुहुन्छ।

- भजनसंग्रह ९१:१-२ हेर्नुहोस्: जो परमप्रधानको शरणमा वास गर्दछ, त्यो मानिस सर्वशक्तिमान्‌को छत्रछायामुनि रहन्छ। परमप्रभुको बारेमा म भन्नेछु, "उहाँ मेरो शरणस्थान र किल्ला हुनुहुन्छ, मेरा परमेश्‍वर, जसमाथि म भरोसा राख्तछु।"
- यशैया ४५:३: "म परमप्रभु हुँ, म नै इस्राएलका परमेश्‍वर हुँ, मैले नै तँलाई तेरो नाउँ काढ़ेर बोलाएको छु भनेर तैंले थाहा पाउनलाई म तँलाई अँध्यारो ठाउँमा भएको भण्डार र गुप्त स्थानमा जम्मा गरेको धन दिनेछु।" गोप्य स्थान भनेको गोप्य कुराहरू भएको स्थान हो, येशूले तपाईंलाई आफ्ना गोप्य कुराहरू प्रकट गर्नुहुनेछ। यो उहाँको बुध्दि हो, जसले तपाईंलाई जीवनमा सहायता गर्नेछ।

पुरानो करारमा मन्दिरमा भएको महापवित्र स्थान सबै कुरामध्ये पवित्र स्थान थियो। प्रधान पूजाहारी मात्रै त्यहाँ जान पाउँथ्यो— र त्यो पनि वर्षमा एक पटक मात्रै। तर आज येशूको कारण हामीले महापवित्र स्थानमा जाने अधिकार पाएका छौं— उच्चमा विराजमा हुनुहुनेको गोप्य स्थान— हामीले जहिले चाहे पनि। वास्तवमा येशूले हामीलाई त्यहाँ बास गर्न निम्तो दिनुहुन्छ (भजनसंग्रह ९१)।

क्रियाकलापः आफैंलाई छोप्न हरेक बच्चालाई ब्ल्याङ्केट वा रुमाल दिनुहोस्, तपाईंले कथा दोहोर्याउँदा मञ्जरी कोकुनभित्र रहेको अवस्थालाई नाटक गर्न लगाउनुहोस्। वा बालबालिकाहरूलाई दुई समूहमा बाँड्नुहोस्। हरेक समूहमा भएको एउटा व्यक्तिले मञ्जरी कोकुनमा भएको अवस्थाको नाटक गर्छ भने अर्कोले के भइरहेको छ भनेर वर्णन गर्छ। मञ्जरीको कोकुन सजिलो स्थान थिएन भनेर बालबालिकाहरूलाई सम्झाउनुहोस्। कहिलेकाहीँ गोप्य स्थान सजिलो हुँदैन तर सहायताको लागि हामीले येशूलाई भन्छौं भने उहाँले हामीलाई सहायता गर्नुहुनेछ र उहाँले हामीलाई सिकाउनुहुन्छ भनेर हामीले सिक्न सक्छौं।

भजनसंग्रह ९१११३ पुनरावलोकन गर्नुहोस्। भजनसंग्रहमा बाँकी भएको सूचीले परमेश्वरले हामीलाई जोगाउनुहुन्छ भन्ने कुरा विभिन्न तरिकाहरूमा देखाएको छ, जब हामी गोप्य स्थानमा बास गर्छौं। बालबालिकाहरूलाई भजनसंग्रह ९१ पढ्न लगाउनुहोस् र उनीहरू गोप्य स्थामा हुँदा परमेश्वरले उनीहरूलाई बचाउनुभएका केही तरिकाहरू लेख्न वा चित्र बनाउन लगाउनुहोस्।

बेचबिखन सम्पर्कः हामीले आफ्ना सपनाहरू पछयाएर येशूसँग गोप्य स्थानमा समय बिताउनाले हामीलाई सुरक्षित र रक्षा गर्छ।

प्रार्थनाको समयः तपाईंले नरम आराधनाको सङ्गीत बजाउँदा बालबालिकाहरूलाई प्रभुमा शान्त हुन पर्खनुहोस्। अहिले नै गोप्य स्थानमा- भित्र छिर्न- र बास गर्न येशूले उनीहरूलाई निम्तो दिनुहुन्छ भनेर बताउनुहोस्। बालबालिकाले उहाँको निम्तोमा प्रतिक्रिया दिंदा र प्रभुसँग समय बिताउँदा निरन्तर आराधनाको नरम सङ्गीत बजाउनुहोस्। त्यसपछि के भयो भनेर उनीहरूलाई सोध्नुहोस्।

सिकारूहरूका लागि सेसन ५ मा अतिरिक्त कुराहरू

पहरामा गोप्य प्वालहरूहुँदो

यो अतिरिक्त सामाग्रीहरू प्रयोग गर्न अतिरिक्त ३० मिनेट दिनुहोस्।

यो सेसनको लागि हाम्रो मुख्य पद पढ्नुहोस् र सिकारूहरूसँग छलफल गर्नुहोस्। कपडा, स्कार्फको टुक्रा वा प्लास्टिकको ठूलो टुक्रा लिनुहोस् र त्यसलाई कुच्याउनुहोस्। त्यसलाई बिस्तारै खोलेको सिकारूहरूलाई हेर्न लगाउनुहोस्, शब्दको प्रयोगबिना त्यसो खोलेको कुरालाई फेरि बनाउन उनीहरूलाई लगाउनुहोस्। उनीहरूले त्यस्तो गर्दा के अनुभव गरे भनेर सोध्नुहोस्। कोकुनबाट मञ्जरी निस्केको कुरालाई यससँग कसरी तुलना गर्नुहुन्छ ?

साना बालबालिकाहरूलाई झैं उही प्रार्थनाको समय दिनुहोस्। सिकारूहरूले प्रभुसँग समय बिताउँदा मुख्य पद पढ्नुहोस्। त्यसपछि उनीहरूले अनुभव गरेका कुरा बाँड्न र आफ्नो जर्नलमा लेख्न भन्नुहोस्।

- हाम्रो मुख्य पदमा येशूले भन्नुभयो, मलाई तिम्रो अनुहार देखाऊ, तिम्रो सोर सुन्न पाऊँ किनभने तिम्रो सोर मीठो छ र तिम्रो मुहार सुन्दर छ। यस्तो सुन्दा तपाईंलाई कस्तो लाग्छ ?
- तपाईंको दुलहाको रूपमा येशूको बारेमा के तपाईंले धैरै कुरा सिकिरहनुभएको छ ? सेसन १ देखि तपाईंको बुझाइको यो परिवर्तन कसरी भयो ?

- भजनसंग्रह ९१ मा कुन प्रतिज्ञाहरू तपाईंको लागि कुनै विशेष अर्थ लाग्ने खालको छ ? यी प्रतिज्ञाहरू र पद १ का बीचमा तपाईंले के सम्बन्ध देख्नुहुन्छ ?
- गोप्य स्थानको बारेमा तपाईंको बुझाइ के हो ? कठिन समयहरूमा यसले तपाईंलाई कसरी सहायता गर्नेछ ?
- तपाईंले आफ्नो सपना पछयाउँदा यसले तपाईंलाई कसरी सहायता गर्नेछ ?

सेसन ६: आफ्ना सपनाहरू पछयाउँदा सुरक्षित र सफल हुन येशूले तपाईंलाई सहायता गर्नुहुन्छ ।

नियमित पाठ्यक्रमको केन्द्रबिन्दुः पुनरावलोकन र समर्पण

उच्चमा उचालिने पाठ्यक्रमको केन्द्रबिन्दुः आफ्ना सपनाहरू पछयाउँदा तपाईं सुरक्षित र सफल हुन तपाईंलाई येशूले सहायता गर्नुहुन्छ ।

सेसनका उद्देश्यहरूः

- परमेश्वरले बालबालिकाभित्र ठूलो सपना राख्नुभएको छ भनेर उनीहरूलाई बुझ्न सहायता गर्ने ।
- उनीहरूले गोप्य स्थानमा उहाँसँग समय बिताउँदा उहाँले उनीहरूलाई आफ्ना सपनामा वृध्दि हुन सहायता गर्न बुध्दि र निर्देशन दिनुहुनेछ भनेर उनीहरूलाई देखाउने ।
- येशूले उनीहरूको साझेदार हुन र उनीहरूका सपनाहरू पछयाउन उनीहरूलाई सहायता गर्न चाहनुहुन्छ भनेर सिकाउने ।

मुख्य खण्डः मलाई तपाईसित लैजानुहोस् र हामी चाँड़ै गरौं । महाराजाले मलाई आफ्नो कोठामा ल्याउनुहोस् (श्रेष्ठगीत १:४) ।

स्रोतहरू र सामाग्रीहरूको सूचीः तपाईंको देशमा भएका महलका तस्वीरहरू (वा तपाईंको देशको राष्ट्रपति बस्ने स्थान), निर्माण गर्ने कागज, दराज, मार्करहरू

सिकारू सेसनका लागिः जर्नलहरू

कक्षाअघिः सेसनको नोट पढ्नुहोस् र तपाईंको विशेष समूहको लागि तपाईंले सोच्नुभएका सबैभन्दा उपयुक्त प्रश्नहरू छान्नुहोस् । तपाईंको कक्षाको लागि पाठ तयार पार्दा पवित्र आत्माले तपाईंलाई बाटो देखाउनुहोस् भनेर बिन्ती गर्नुहोस् ।

सेसन ५ को पुनरावलोकनः अघिल्लो सेसन पुनरावलोकन गर्न केही समय बिताउनुहोस्—येशूले उनीहरूलाई भजनसंग्रहको ९११ को गोप्य स्थानमा निम्तो दिँदै हुनुहुन्छ, जहाँ उहाँले तिनीहरूलाई बचाउनुहुन्छ र प्रेम गर्नुहुन्छ ।

सेसन ६ सुरु गर्नुहोस्**:** मुख्य खण्ड पढ्नुहोस् ।

- येशूसँग दौडनु भनेको के हो ?

दुईजना सँगै दौडिएको नाटक प्रदर्शन गर्न लगाउनुहोस् । सबैभन्दा पहिले उनीहरूलाई मन परेको दिशामा छुट्टाछुट्टै दौडन लगाउनुहोस् । के यो *सँगै दौडनु* हो ? त्यसपछि उनीहरूलाई एउटै दिशामा दौडन लगाउनुहोस् तर भिन्नै स्थानमा । के यो *सँगै दौडनु* हो ? अन्त्यमा एउटै स्थानमा एउटै दिशामा उनीहरूलाई दौडन लगाउनुहोस् । जब हामी येशूसँग *दौडन्छौं,* हामी उहाँले गर्नुभएझैं एउटै स्थान र दिशामा हामी जान्छौं भनेर व्याख्या गर्नुहोस् । हामीले आफ्ना कुराहरू गर्दैनौं तर हामी उहाँका साझेदार हौं ।

- *राजाको कोठाहरू* भनेको के हो ? (महलको विशेष स्थान, जहाँ राजाको परिवार र उनले सबैभन्दा विश्वास गर्ने साथीहरूलाई मात्रै निम्तो हुन्छ ।)

तपाईंको देशमा महल छ भने त्यसको फोटो देखाउनुहोस् । छैन भने तपाईंको देशको राष्ट्रपति बस्ने स्थानको फोटो देखाउनुहोस् । महलको सार्वजनिक क्षेत्रहरूमा कोही पनि जान सक्छन् र व्यक्तिगत क्षेत्रहरूमा परिवार र विश्वास गरिएका साथीहरू मात्रै जान सक्छन् भनेर व्याख्या गर्नुहोस् । राजाको महलमा उनको कोठा उनले विश्वास गरेका साथीहरूका लागि हो । जब हामीले येशूसँग उच्च मित्रता हामीलाई दिन उहाँलाई भन्छौं, उहाँले हामीलाई उहाँले धेरै विश्वास गरिएका साथीहरूका लागि भएको क्षेत्रमा लैजानुहुन्छ । यो गोप्य स्थानको भाग हो, जहाँ उहाँले हाम्रो सपनाहरू पछयाउन हामीलाई सहायता गर्नुहुनेछ ।

हामीले गोप्य स्थानमा येशूसँग समय बिताउँदा उहाँले हाम्रा सपनाहरूका बारेमा हामीलाई बुध्दि दिनुहुन्छ । हाम्रा सपनाहरू पछयाउन कसरी सुरक्षित र सफल हुने भनेर उहाँले हामीलाई देखाउनुहुन्छ ।

मञ्जरीको सपना बालबालिकासँग छलफल गर्नुहोस् । परमेश्वरले हामी हरेकलाई सपना दिनुभएको छ भनेर व्याख्या गर्नुहोस्, हाम्रो सपना हाम्रो लागि परमेश्वरको योजनाको भाग हो । बालबालिकाका आफ्नै सपनाहरूका बारेमा बाँड्न बालबालिकालाई अगुवाइ गर्नुहोस् । अरू बालबालिकालाई आदर गर्न, सकारात्मक हुन र उत्साह दिन उत्साह दिनुहोस् । बालबालिकाहरूले बाँडेका सपनाहरूका बारेमा नकारात्मक नभएर यो व्यवहारको नमुना देखाउनुहोस्, जस्तैः यस्तो नभन्नुहोस्, "त्यो असम्भव छ किनभने..." वा "तिमीले त्यो कहिल्यै पनि गर्न सक्दैनौ किनभने... ।"

उनीहरूको सपनाले उनीहरूका परिवार, सहर र देशलाई कसरी सहायता गर्छ भनेर छलफल गर्नुहोस् । मञ्जरीको सपनाले उनको परिवारलाई कसरी सहायता गर्यो ? अन्य झुसिल्किराहरूलाई ?

मञ्जरीले आफू उड्नुअघि सही समयको लागि कसरी पर्खिइन् भन्ने बारेमा बालबालिकालाई सम्झना दिलाउनुहोस् । हरेक सपना जन्मनको लागि परमेश्वरले सही समय राख्नुभएको छ भनेर व्याख्या गर्नुहोस् । उनीहरूले आफ्ना सपनाहरूका लागि सही समय पर्खंदा उनीहरूले सामना गर्न सक्ने चुनौतीहरू केके हुन् ? यस्तो हुँदा तपाईंले के गर्नुहुन्छ भनेर छलफल गर्नुहोस्:

- त्यो कठिन हुँदा ।
- मानिसहरूले नबुझ्दा ।
- यो सपना परमेश्वरबाट वा मेरो आफ्नै कल्पनाबाट हो भनेर मलाई थाहा छैन ।
- सपनाका धेरै चोरहरू छन् ।
- मसँग पैसा... सम्पर्कहरू... अन्य केही कुरा छैन ?
- म असफल हुन सक्छु ।
- अन्य ?

सही समय पर्खंदा तिनीहरूले के गर्न सक्छन् भनेर बालबालिकासँग छलफल गर्नुहोस्

- तपाईंको सपनाको विषयको बारेमा अध्ययन गर्ने ।
- तपाईंले गर्न चाहेको काम गरेका अन्य मानिसहरू पत्ता लगाउनुहोस्, उनीहरूका बारेमा पढ्नुहोस् । उनीहरू अझै पनि जीवित छन् भने उनीहरूलाई इमेल वा पत्र लेख्नुहोस् ।
- प्रार्थना गर्ने, तपाईंले परमेश्वरसँग माग्न सक्ने अरू केही कुराहरू के हुन् ?

क्रियाकलापः हबकूक २:१-३ पढ्नुहोस्, "तैंले यो प्रकाश पाटीहरूमा प्रष्ट गरी लेख् र समाचारवाहक त्यससित दौड्न सकोस् किनकि प्रकाश ठहरिएको समय पूरा हुनलाई पर्खिरहेछ। त्यसले अन्तको विषयमा बताउँछ र त्यो झुटो ठहरिनेछैन। त्यो पूरा हुन ढिलो भए तापनि त्यसको प्रतीक्षा गर्दैबस् किनभने त्यो निश्चय नै पूरा हुनेछ, त्यसले ढिलो गर्नेछैन ।" हाम्रो मुख्य खण्ड र राजाको महलको बारेमा बालबालिकालाई सम्झाउनुहोस् । राजाको ढाल सृजना गर्न निर्माण गर्ने कागज र दराज प्रयोग गर्नुहोस् । ढालको बीचमा भएको स्थान खाली राख्न बालबालिकालाई भन्नुहोस्, प्रार्थनाको समयपछि उनीहरूले त्यसमा भर्न सक्नेछन् ।

बेचबिखन सम्पर्कः बर्न टु फ्लाइ भनेको उनीहरूका सपनाहरू पछयाउन कसरी सुरक्षित र सफल हुने भन्ने बारेमा विशेष पाठहरूको साथमा चिन्ह हो भनेर विद्यार्थीहरूलाई सम्झाउनुहोस् । सपनाका कथाहरू कथामा अस्तित्वमा छैनन् । मानव बेचबिखन गर्ने मानिसहरू वास्तविक जीवनका सपनाका चोरहरू हुन् ।

प्रार्थनाको समयः तपाईंले आराधनाको नरम सङ्गीत बजाउँदा हाम्रो मुख्य खण्ड पढ्नुहोस् । परमेश्वरको लागि ठूला सपनाहरू देख्ने समय तपाईंले बालबालिकाहरूलाई दिनुभएको छ भनेर बताउनुहोस् । धेरै बालबालिकाहरू (र वयस्कहरू) लाई यस्तो गर्न अनुमतिको खाँचो हुन्छ, विशेषगरी उनीहरू विगतमा भएका सपनाहरूबाट टाढा राखिएका छन् भने । येशूसँग दौडने र उहाँका कोठाहरूमा प्रवेश गर्ने

र उनीहरूका लागि उहाँले राख्नुभएको सपनाको बारेमा धेरै कुरा जान्न, त्यसलाई कसरी पछ्याउने र त्यसले हाम्रा परिवार, सहर र देशलाई कसरी सहायता गर्न सक्छ भन्ने निम्तोमा प्रतिक्रिया दिन चाहन्छन् भनेर शान्त भएर येशूलाई बताउन उनीहरूलाई भन्नुहोस्। हतार नगर्नुहोस् तर बालबालिकाहरूलाई पर्याप्त समय दिनुहोस्। धेरैभन्दा धेरै समय बिताउन उनीहरूलाई उत्साह दिनुहोस्। उहाँ दुवै वचनहरू र तस्वीरहरूबाट बोल्नुहुन्छ भनेर उनीहरूलाई याद दिलाउनुहोस्।

त्यसपछि बालबालिकाहरूलाई आफ्न ढालहरू येशूले उनीहरूलाई भन्नुभएको कुरा देखाउँदै पूरा गर्न लगाउनुहोस्। दुवै तस्वीर र वचनहरू प्रयोग गर्न उनीहरूलाई उत्साह दिनुहोस्।

सिकारूहरूका लागि सेसन ६ मा अतिरिक्त कुराहरू

"मलाई तपाईसित लैजानुहोस् र हामी चाँड़ै गरौं!"

यो अतिरिक्त सामाग्रीलाई प्रयोग गर्न अतिरिक्त ३० मिनेट दिनुहोस्।

आफ्ना सपनाहरू पछ्याउनबाट के कुराले उनीहरूलाई रोकेको छ भनेर सिकारूहरूलाई बताउनुहोस्। नियमित रूपमा कसैले भन्नेछ, "म असफल हुन्छु कि भनेर मलाई डर लाग्छ।" असफलता र खतराको बारेमा कुरा गर्नुहोस्। कुनै एकबिना तपाईंले आफ्नो सपना पछ्याउन सक्नुहुन्न भनेर व्याख्या गर्नुहोस्। तपाईंको जीवनमा भएका असफलताहरू र तपाईंले लिनुभएका खतराबाट व्यक्तिगत कथा बाँड्नुहोस्। तपाईंले सिक्नुभएको कुरामा जोड दिनुहोस् किनभने तपाईं असफल हुनुभएको थियो— कहिलेकाही तपाईंले केही कुरा नसिक्नुभएको हुन सक्छ।

आफ्नो सपना पछ्याउन सिकारूहरूले लिनुपर्ने खतराहरू बाँड्न दिनुहोस्। उनीहरू असफल हुन सक्ने र सफल हुन सक्ने तरिकाहरूका बारेमा छलफल गर्नुहोस्। के त्यो खतरा कोसिस गर्न योग्य थियो ? कोसिस नगर्ने खतरा के हो ? अवलोकनहरू आफ्नो जर्नलमा लेख्न लगाउनुहोस्।

यी पाँचवटा प्रश्नहरू छलफल गर्नुहोस्:

१. तपाईंको सपना के हो ?
२. त्यो पूरा गर्न तपाईंलाई के कुराको खाँचो छ ?
३. आफ्नो सपना पूरा गर्न तपाईंको भूमिका के हो ?
४. परमेश्वरको भूमिका के हो ?
५. तयारी गर्नको लागि तपाईंले के गर्न सक्नुहुन्छ ?

यशैया ६१:१-३ पढ्नुहोस् र परमेश्वरको आत्मा सिकारूहरूका सपनाहरू र उद्देश्यहरू पूरा गर्न उनीहरूको साथमा हुनुहुन्छ भनेर उनीहरूलाई व्याख्या गर्नुहोस्।

- यो खण्डमा यस्तो गर्न उहाँले तपाईंलाई गर्नुभएको सहायताका विभिन्न तरिकाहरू पत्ता लगाउनुहोस्।
- तपाईंको सपना पछ्याउन तपाईंलाई सहायता गर्न सक्ने एक वा दुई तरिकाहरू लिनुहोस् र कसरी भनेर व्याख्या गर्नुहोस्।

प्रार्थनाको समयमा परमेश्वरको लागि ठूलो सपना देख्ने अनुमति सिकारूहरूलाई दिनुहोस्- अनि आफ्ना सपनाहरू पछ्याउन पनि। साना बालबालिकाहरूका लागि झैं उही खण्डबाट पढ्नुहोस् र त्यसपछि माथि दिइएका पाँचवटा प्रश्नहरू परमेश्वरबाट सुन्ने समय सिकारूहरूलाई दिएर हरेकको बीचमा रोक्दै पढ्नुहोस्। यशैया ६१:१-३ पढ्दै अन्त्य गर्नुहोस्, तपाईंले हरेक पद पढ्दा सिकारूहरूका नामहरू त्यसको साटोमा राख्नुहोस् (उदाहरणको लागि, परमप्रभुको आत्मा .... माथि छ।)

क्रियाकलापः सिकारूहरूका सपना देखाउन एउटा लोगो सृजना गर्न लगाउनुहोस्। उनीहरूले यो कुरा आफ्नो जर्नलमा, कम्प्युटरमा वा उनीहरूलाई मन लागेको सृजनात्मक माध्यम प्रयोग गर्दै गर्न सक्छन्। उनीहरूले पाँचवटा प्रश्नहरूको जवाफ जोड्न वा आफ्नो सपना प्रस्तुत गर्न सक्छन्।

अतिरिक्त स्रोतहरू

श्रेष्ठगीतमा माइक बिकलबाट शैक्षिक स्रोतहरूः

http://mikebickle.org/resources/category/intimacy/song-of-songs/

टिफ्यानी एन लेविजद्वारा मोशाको मन्दिरबाट प्रेममा हेर

http://www.elijahlist.com/words/html/textonly-021412-Lewis.html